111學年度第一學期三年級健體教學計畫表

| 主題 | 單元名稱 | 學習表現 | 學習內容 | 核心素養/具體內涵 | 教學目標 | 教學活動重點 | 教學節數 | 教學資源 | 評量方式 | 議題/議題實質內涵 | 跨領域/跨領域協同教學 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第一單元飲食聰明選 | 第一課吃出健康 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。  2b-Ⅱ-2 願意改善個人的健康習慣。 | Ea-Ⅱ-1 食物與營養的種類和需求。  Ea-Ⅱ-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 | 健體-E-A2 | 1.了解均衡飲食的意義，以及六大類食物每日適當攝取量。  2.覺察平時吃的食物是否符合健康餐盤原則。 | 第一單元飲食聰明選  第1課吃出健康  《活動1》健康比一比  1.教師請學生觀察課本第6頁，並提問：  (1)小柚的餐盤中有哪些食物？  (2)爸爸的餐盤中有哪些食物？  (3)比較小柚和爸爸餐盤中的食物，有什麼不同之處？誰的食物組合比較好？為什麼？  2.教師引導學生發現小柚的餐盤中肉類很多，爸爸的餐盤中蔬菜類較多，也沒有含糖飲料。  《活動2》健康餐盤  1.教師拿出「健康餐盤」圖片，說明六大類食物適當攝取量：  (1)水果類：每餐分量一個拳頭大，並應選擇當季、多樣化的水果。  (2)堅果種子類：每餐分量一茶匙，約是大拇指的第一指節大小。  (3)豆魚蛋肉類：每餐分量一掌心。  (4)乳品類：每日2杯。（每杯約240c.c.）  (5)蔬菜類：每餐分量比一個拳頭多一點。  (6)全榖雜糧類：每餐分量比一個拳頭多一點。（和蔬菜類一樣多）  2.教師指導健康餐盤原則：每天早晚一杯奶，每餐水果拳頭大。菜比水果多一點，飯跟蔬菜一樣多。豆魚蛋肉一掌心，堅果種子一茶匙。 | 1 | 1.教師準備「健康餐盤」圖片、食物照片、白紙。  2.學生準備彩色筆。 | 發表  問答 |  |  |
| 第一單元飲食聰明選 | 第一課吃出健康 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。  4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。 | Ea-Ⅱ-1 食物與營養的種類和需求。 | 健體-E-A2 | 覺察平時吃的食物是否符合健康餐盤原則。 | 第一單元飲食聰明選  第1課吃出健康  《活動3》小柚的一日三餐  1.帶領學生檢視小柚的一日三餐內容，並提問：小柚的一日三餐是否符合健康餐盤原則？有哪些需要改進的地方？  2.教師說明：小柚的一天蔬菜分量，沒有符合健康餐盤原則，應增加蔬菜的攝取。  《活動4》我的一日三餐  1.教師發下「我的一日三餐」學習單，請學生寫下自己昨天的三餐內容，並和同學討論：我昨天的三餐內容，是否符合健康餐盤原則？為什麼？  2.教師邀請學生上臺分享自己的學習單內容與自我調整方式，並針對分享的調整方式給予回饋。 | 1 | 1.教師準備「我的一日三餐」學習單。 | 發表  實作 |  |  |
| 第一單元飲食聰明選 | 第一課吃出健康 | 2b-Ⅱ-2 願意改善個人的健康習慣。  3b-Ⅱ-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。  4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。 | Ea-Ⅱ-1 食物與營養的種類和需求。  Ea-Ⅱ-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。 | 健體-E-A2 | 1.運用自我健康管理的生活技能，改進飲食習慣。  2.運用創造性思考，擬訂飲食習慣改變策略。 | 第一單元飲食聰明選  第1課吃出健康  《活動5》改善飲食習慣  1.教師以小柚為例，說明改變飲食習慣的方法，做自我健康管理練習。步驟如下：  (1)選擇一項需改進的習慣。  (2)制定改變的目標。  (3)擬定執行計畫和獎勵。  2.教師發下「健康飲食管理」學習單，請學生從自己的飲食習慣當中，挑選一項需改進的習慣。  《活動6》簽訂契約  1.教師發下契約卡，請學生針對個人計畫內容，立下「我的飲食改善計畫」。  2.教師發下記錄表，請學生開始執行計畫，並如實記錄。  《活動7》補救健康飲食  1.教師請學生拿出記錄表，檢視自己的成果，並思考：執行計畫過程中，你遇到了哪些困難？  2.教師以小柚為例說明：如果執行計畫遇到困難，可以嘗試自己調整，或向師長、父母尋求協助。 | 1 | 1.教師準備「健康飲食管理」學習單、契約卡、計畫執行記錄表。 | 演練  實作  實踐 |  |  |
| 第一單元飲食聰明選 | 第二課飲食學問大 | 2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 | Ea-Ⅱ-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。  Ea-Ⅱ-3 飲食選擇的影響因素。 | 健體-E-A2 | 1.覺察影響個人飲食選擇的因素。  2.覺察不同家庭有不同的飲食習慣。 | 第一單元飲食聰明選  第2課飲食學問大  《活動1》飲食萬花筒  1.教師配合課本第14-17頁說明：飲食習慣會受到許多因素影響，例如：  (1)個人因素。  (2)家庭因素。  (3)文化因素。  (4)宗教因素。  (5)社區環境因素。  (6)自然環境因素。  2.教師可於教學過程中，適時引導學生發表各個因素影響飲食習慣的相關經驗。 | 1 | 1.教師準備各宗教與不同國家、文化之食物圖片、臺灣地圖。 | 發表 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | 2 | 1.教師按人數準備每人一顆樂樂排球、呼拉圈數個。  2.課前確認教學活動空間，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。 | 操作  觀察  運動撲滿 | 【人權教育】  人E3 了解每個人需求的不同，並討論與遵守團體的規則。 |  |
| 第一單元飲食聰明選 | 第二課飲食學問大 | 2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。  3b-Ⅱ-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。  4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。 | Ea-Ⅱ-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。  Ea-Ⅱ-3 飲食選擇的影響因素。 | 健體-E-A2 | 1.覺察影響個人飲食選擇的因素。  2.覺察個人飲食習慣是否健康。  3.運用做決定的生活技能，改進個人飲食習慣。 | 第一單元飲食聰明選  第2課飲食學問大  《活動2》飲食習慣與健康  1.教師說明：影響飲食的因素很多，這些因素形成飲食習慣，但這些飲食習慣不一定都對身體有益。  2.教師說明：許多不同的因素影響，形成了不同的飲食習慣，有些習慣可能會對健康造成不良的影響，此時你可以怎麼做呢？  3.教師以小凱與佳佳的情境為例，說明做決定的生活技能：  (1)列出所有可能的選擇。  (2)列出所有選擇的優缺點。  (3)做出決定。 | 1 |  | 發表  實作 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  |  |
| 第一單元飲食聰明選 | 第二課飲食學問大 | 2a-Ⅱ-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。  3b-Ⅱ-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。  4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。 | Ea-Ⅱ-2 飲食搭配、攝取量與家庭飲食型態。  Ea-Ⅱ-3 飲食選擇的影響因素。 | 健體-E-A2 | 1.運用批判性思考的生活技能，分析食品廣告內容，有條理的解決問題。 | 第一單元飲食聰明選  第2課飲食學問大  《活動3》批判性思考  1.教師詢問學生看過那些食品廣告，請學生分享廣告內容。  2.教師將事先準備的劇本發給學生，請學生練習後上臺表演。  3.教師詢問學生的想法，引導學生演練批判性思考的生活技能，透過下列步驟思考：  (1)產生疑問。  (2)思考一下。  (3)詢問師長。  (4)形成自己的想法。  《活動4》健康想一想  1.教師發下「健康停看聽」學習單，引導學生依據批判性思考的步驟，針對學習單上的情境與問題分組討論，並將想法寫下來。  2.討論後請各組上臺分享。 | 1 | 1.教師配合課本第20-21頁準備劇本、「健康停看聽」學習單。 | 問答  實作  總結性評量 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | 2 | 1.教師準備每人一條跳繩。  2.課前確認教學活動場地，例如：室內活動中心或室外平坦的地面。 | 操作  運動撲滿 |  |  |
| 第二單元生命的樂章 | 第一課生長圓舞曲 | 1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。 | Aa-Ⅱ-1 生長發育的意義與成長個別差異。 | 健體-E-A1 | 1.認識生命的開始和誕生。  2.覺察身體的特徵是遺傳的結果。 | 第二單元生命的樂章  第1課生長圓舞曲  《活動1》我從哪裡來？  1.教師播放影片《胎兒成長歷程》，並帶領學生閱讀繪本《我從哪裡來》、《小威向前衝》，藉由影片和繪本說明生命的開始和誕生的過程。  2.教師強調：在媽媽的身體裡時，是每個人生長發育的開始，身長和體重會漸漸增加，身體各部位的功能和身體能力也會逐漸成熟。  《活動2》我像誰  1.教師說明：每個人的外型有許多特徵。孩子的外型特徵會和爸爸或媽媽相似或相同，這就是「遺傳」造成的。  2.教師說明：回家後，可以拿出一張有爸爸、媽媽和你的照片，觀察身體特徵。 | 1 | 1.教師準備新生兒照片、影片《胎兒成長歷程》、繪本《我從哪裡來》、《小威向前衝》。 | 發表  觀察 | 【人權教育】  人E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 |  |
| 第二單元生命的樂章 | 第一課生長圓舞曲 | 1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。  4b-Ⅱ-2 使用事實證據來支持自己促進健康的立場。 | Aa-Ⅱ-1 生長發育的意義與成長個別差異。  Da-Ⅱ-1 良好的衛生習慣的建立。 | 健體-E-A1 | 1.認識生長發育的變化與意義。  2.實踐促進生長發育的良好習慣。  3.實踐良好的衛生習慣。 | 第二單元生命的樂章  第1課生長圓舞曲  《活動3》身體大躍進  1.教師請學生觀察自己不同年齡的照片，並寫下各時期的外表特徵。  2.教師詢問：和以前比起來，現在的你有哪些成長的變化？  3.教師統整說明生長發育的意義：  (1)外型的成長。  (2)能力的增長。  《活動4》生長發育的關鍵  1.教師提問：現在的你正處於生長發育的重要階段。想一想，怎麼做可以長高又長壯呢？  2.教師說明：均衡的飲食、規律的運動、適時適量的休息並養成良好的衛生習慣，對生長發育有幫助。 | 1 | 1..教師準備「身體大躍進」、「你做到了嗎？」學習單。  2.學生準備自己不同年齡時的照片。 | 自評  問答  實作 | 【人權教育】  人E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 |  |
| 第二單元生命的樂章 | 第一課生長圓舞曲 | 3b-Ⅱ-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 | Aa-Ⅱ-1 生長發育的意義與成長個別差異。  Da-Ⅱ-1 良好的衛生習慣的建立。 | 健體-E-A1 | 1.運用問題解決的生活技能，改善個人健康問題。  2.覺察每個人生長發育的速度不同。 | 第二單元生命的樂章  第1課生長圓舞曲  《活動5》解決健康行動未達成問題  1.教師詢問：幫助生長發育的4大關鍵，你做到了幾項呢？請學生輪流發表。  2.教師以佳儀為例說明：選擇一項需改善的健康問題，試著運用問題解決的技巧，訂定自己的健康改善計畫。步驟如下：  (1)確定問題。  (2)分析問題發生的原因。  (3)列出解決的方法。  (4)執行可行方案。  (5)評估執行結果。  (6)檢討與補救方式。  3.教師發下「我要健康長大」學習單，請學生訂定改善計畫。  《活動6》我們不一樣  1.教師請5位學生到臺上，依照身高排列，並請每個人在黑板上寫下自己會做的事。接著請學生觀察黑板上這5位同學會做的事。  2.學生可能會發現這5位同學會做的事大多相同，教師說明：雖然每個人的身高、體重不同，但是許多能力不會被身高和體重影響。 | 1 | 1.教師準備「我要健康長大」學習單。 | 發表  實作 | 【人權教育】  人E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 |  |
| 第二單元生命的樂章 | 第一課生長圓舞曲 | 3b-Ⅱ-3 運用基本的生活技能，因應不同的生活情境。 | Fa-Ⅱ-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。 | 健體-E-A1 | 1.發揮同理心，感受他人的心情。 | 第二單元生命的樂章  第1課生長圓舞曲  《活動7》表現同理心  1.教師說明：取笑同學是沒有同理心的表現，即使發現別人與自己不一樣或比自己弱，也不應取笑對方。  2.教師針對課本的情境請2組學生，演出不同的處理方式，一組以同理心步驟和人際溝通的技巧思考處理，一組則否。  3.師生共同討論：  (1)哪一組的做法比較好呢？為什麼？  (2)站在對方的立場想一想，當時對方的內心想法可能是什麼？他為什麼會這麼做？  (3)如果你是嘲笑者，你會怎麼表達自己的感受來化解衝突？  (4)如果你是被嘲笑者，你會怎麼表達自己的感受避免破壞友誼？ | 1 |  | 演練 | 【人權教育】  人E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 |  |
| 第二單元生命的樂章 | 第二課人生進行曲 | 1a-Ⅱ-1 認識身心健康基本概念與意義。 | Aa-Ⅱ-2 人生各階段發展的順序與感受。 | 健體-E-A1 | 1.認識人生各階段的特徵。  2.分辨家人所處的人生階段。 | 第二單元生命的樂章  第2課人生進行曲  《活動1》人生的成長階段  1.教師配合圖卡，說明人生各階段的特徵：  (1)嬰兒期：能爬、能站，還不會走路和說話。  (2)幼兒期：能走、能跑，喜歡問問題和玩遊戲。  (3)兒童期：運動能力增強，可以完整表達想法和情緒。  (4)青少年期：生長發育快速，身高和體重快速增加。  (5)青年期：身體敏捷，肌肉強壯，生活可以獨立自主。  (6)中年期：身體活動開始變慢，擔負的責任增加，例如：承擔較多工作量，在家裡要關照父母和子女等。  (7)老年期：皮膚皺紋變多，髮色漸白，身體功能逐漸變差。  2.教師強調多數人都會經歷不同的人生階段，應正面面對成長過程中的轉變，並和處於不同人生階段的家人愉快相處。  《活動2》我的家人  1.教師發下「我和我的家人」學習單，請學生拿出全家人照片，就平日的觀察寫下家人和自己所處人生階段相關的特徵。  2.教師請學生分享觀察的結果。  3.教師說明：人們會因為所處的人生的成長階段不同，而有不同的內在或外在表現。 | 1 | 1.教師準備人生各階段圖卡。  2.教師準備「我和我的家人」學習單。  3.學生準備家人和自己的成長各階段照片。 | 發表  實作  總結性評量 | 【家庭教育】  家E3 察覺家庭中不同角色，並反思個人在家庭中扮演的角色。 |  |
| 第三單元快樂的社區 | 第一課社區新體驗 | 2b-Ⅱ-1 遵守健康的生活規範。  4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。 | Ca-Ⅱ-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 | 健體-E-A2 | 1.認識社區健康活動。 | 第三單元快樂的社區  第1課社區新體驗  《活動1》認識社區  1.教師說明社區的定義：社區是指一群人居住在同一個地區，共同使用生活資源，並且彼此互動。社區可能是一棟大樓，也可能是一個漁村，或是一個農村，有的社區大有的社區小。  2.教師透過問答引導學生介紹自己居住的社區。  3.教師說明：臺灣各地有許多大小、文化不同的社區，每個社區的特色不一樣，生活方式也不太一樣。 | 1 | 1.學生觀察或詢問家人自己居住的社區特色和資源。 | 發表 |  |  |
| 第三單元快樂的社區 | 第一課社區新體驗 | 2b-Ⅱ-1 遵守健康的生活規範。  4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。 | Ca-Ⅱ-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 | 健體-E-A2 | 1.參與社區活動，提升對社區的歸屬感。 | 第三單元快樂的社區  第1課社區新體驗  《活動2》社區活動新發現  1.教師說明：社區會舉辦各種活動凝聚居民的向心力，促進彼此之間的感情。社區活動包括各種不同的類型。  2.教師發下「社區報報」學習單，請學生寫下自己或家人參加過哪些社區活動。  3.請學生針對學習單內容進行發表與討論。 | 1 | 1.教師準備「社區報報」學習單。 | 發表  實作 |  |  |
| 第三單元快樂的社區 | 第一課社區新體驗 | 2b-Ⅱ-1 遵守健康的生活規範。  4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。 | Ca-Ⅱ-1 健康社區的意識、責任與維護行動。 | 健體-E-A2 | 1.認識社區健康活動。  2.參與社區活動，提升對社區的歸屬感。  3.覺察提升社區生活品質的方法。 | 第三單元快樂的社區  第1課社區新體驗  《活動3》關心社區健康  1.教師說明社區健康活動並提問：你參加過社區的健康活動嗎？是什麼活動呢?  2.教師說明：近年來政府積極推動社區發展，營造健康的社區環境。不同的社區可能有不同的健康議題。  3.請學生分組，在組內分享自己知道的社區健康促進組織，彙整後各組派人上臺發表。  4.教師統整說明：社區裡的資源環環相扣，如果能結合志工團隊及不同背景的社區居民，將力量凝聚起來，就能做很多事。  《活動4》社區小記者  1.教師說明：越來越多人開始關心自己居住的社區，請想一想：  (1)你喜歡你居住的社區嗎？  (2)你覺得一個好的社區應該具備哪些條件呢？  2.請二名學生當小記者，輪流訪問其他同學：你認為一個好社區有哪些條件？在居住環境方面應該具備哪些條件？在人際互動方面應該是怎樣的情況呢？ | 1 |  | 發表 |  |  |
| 第三單元快樂的社區 | 第二課社區環保 | 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 | Ca-Ⅱ-2 環境汙染對健康的影響。 | 健體-E-A2 | 1.知道病媒對健康的危害。 | 第三單元快樂的社區  第2課社區環保  《活動1》病媒對健康的危害  1.教師說明：亂丟垃圾不但造成髒亂汙染環境，髒亂的環境除了會降低生活品質、影響心情，更會引來蚊子、蒼蠅、老鼠、蟑螂等病媒。  2.教師說明病媒對健康的危害。 | 1 |  | 發表 |  |  |
| 第三單元快樂的社區 | 第二課社區環保 | 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 | Ca-Ⅱ-2 環境汙染對健康的影響。 | 健體-E-A2 | 1.˙認識社區環境汙染問題。 | 第三單元快樂的社區  第2課社區環保  《活動2》環境汙染與健康  1.教師說明社區的環境與健康息息相關。  2.教師請學生分享遇到空氣汙染時，會採取哪些行為來保護自己，並完成課本的勾選。  3.教師補充說明：影響空氣品質的因素很多，除了社區內的空氣汙染外，也可能到受到境外移入汙染物或大氣擴散條件影響。從環保署的空氣品質監測站可以知道今天的空氣品質好不好。學校也會根據當日空氣品質的預測，懸掛不同顏色的旗幟。旗幟共分6色：綠色警戒、黃色警戒、橘色警戒、紅色警戒、紫色警戒、褐紅色警戒。 | 1 |  | 問答 |  |  |
| 第三單元快樂的社區 | 第二課社區環保 | 2a-Ⅱ-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。  4a-Ⅱ-2 展現促進健康的行為。 | Ca-Ⅱ-1 健康社區的意識、責任與維護行動。  Ca-Ⅱ-2 環境汙染對健康的影響。 | 健體-E-A2 | 1.認識社區環境汙染問題。  2.願意以實際行動改善社區汙染問題。 | 第三單元快樂的社區  第2課社區環保  《活動3》守護河川  1.教師引導學生討論佑佑的社區面臨的環境汙染問題和解決方法。  2.教師鼓勵學生不要輕忽自己的力量，小力量的累積也會有大幫助。  《活動4》行動從我開始  1.學生3-4人一組，各組最好分到居住在相同的社區，討論時才容易聚焦。  2.小組討論題目：  (1)社區有環境汙染的問題嗎？是什麼問題呢？  (2)怎麼做可以改善社區汙染問題？  (3)區環境問題改善後，對社區居民有什麼好處？  (4)你能採取什麼行動，讓社區環境更美好？  3.各組推派代表報告討論結果。 | 1 | 1.學生課前觀察自己居住的社區，了解社區環境問題。  2.教師準備「關心社區環境」學習單。 | 發表  實作 |  |  |
| 第三單元快樂的社區 | 第三課社區藥師好朋友 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。 | 健體-E-A2 | 1.知道藥物應從正確管道取得。  2.認識安全用藥原則。 | 第三單元快樂的社區  第3課社區藥師好朋友  《活動1》錯誤用藥習慣  1教師配合外婆購買地攤藥品的情境說明並提問：  (1)外婆在廟口買藥的原因是什麼？  (2)在廟口買的藥有藥品許可證嗎？吃了會不會影響身體健康？醫生會同意外婆吃這種藥嗎？如果對上面這些問題都不清楚，就不應該買來吃。沒經過醫師診斷就自己買藥吃，很可能會傷害身體。  2.教師強調：路邊賣的藥來路不明，切勿購買以免傷害身體健康。  《活動2》正確用藥五大核心能力  1.教師說明「正確用藥五大核心能力」：  (1)做身體的主人，堅持用藥五不原則：不聽、不信、不吃、不推薦、不買。  (2)清楚的表達自己的身體健康狀況。  (3)看清楚藥品標示，如果有疑問一定要問清楚。  (4)清楚用藥方法與時間。  (5)能力五：與醫師、藥師做朋友。 | 1 | 1.教師準備「正確用藥五大核心能力」宣導海報或衛生福利部宣導資料。 | 發表  問答 |  |  |
| 第三單元快樂的社區 | 第三課社區藥師好朋友 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。 | 健體-E-A2 | 1.知道藥物應從正確管道取得。  2.認識安全用藥原則。  3.了解可以提供藥物諮詢的人員和機構。 | 第三單元快樂的社區  第3課社區藥師好朋友  《活動3》健康「藥」注意  1.教師以外婆吃過飯後回房間吃藥，因為光線不夠，又沒看清楚標示而吃錯藥的例子，詢問學生：吃藥前要注意哪些事，才不會吃錯藥呢？  2.教師統整說明吃藥前的注意事項：  (1)取藥、吃藥的地方光線要明亮。  (2)吃藥前，要仔細觀察藥物的外觀、顏色和大小，確認是否拿對藥物。  (3)每次吃藥前，都要仔細確認藥袋上的藥名、用法和用量。  (4)未經醫師或藥師同意，不擅自更改用藥的劑量或停藥。  《活動4》認識社區醫療資源  1.教師課前請學生調查社區中的醫療資源，學生分享調查的結果，並嘗試將這些醫療資源分類：衛生行政機構、公立、私立醫院、診所、藥局。  2.教師以外婆到衛生所治療為例，說明醫療資源會因為城鄉區域性不同而有差異。目前臺灣採取醫藥分業，由醫師看診、藥師給藥，所以有的診所中會有專業藥師。但是部分衛生所中只有醫師，所以要拿處方箋到健保藥局領藥。 | 1 |  | 問答  發表 |  |  |
| 第三單元快樂的社區 | 第三課社區藥師好朋友 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。 | 健體-E-A2 | 1.了解藥物的保存方法。  2.知道過期藥物處理原則。 | 第三單元快樂的社區  第3課社區藥師好朋友  《活動5》藥物的保存與處理  1.教師說明保存藥物的正確方式：  (1)藥品應放置在陰涼乾燥處，避免晒太陽。  (2)內服與外用藥應分開存放，以免誤用。  (3)藥品標籤和說明書應隨藥物保存。  (4)定期檢查家中藥物，過期則丟棄不用。  2.教師說明過期藥物的處理方法：  (1)藥水類處理方法。  (2)藥丸類。  (3)有藥丸又有藥水時。  3.有些社區藥局或醫院藥局設有「廢棄藥物檢收站」，可以把過期藥物交由藥師協助處理。 | 1 | 1.學生觀察家中保存藥物的方式。 | 實作 |  |  |
| 第三單元快樂的社區 | 第三課社區藥師好朋友 | 1a-Ⅱ-2 了解促進健康生活的方法。 | Bb-Ⅱ-1 藥物對健康的影響、安全用藥原則與社區藥局。 | 健體-E-A2 | 1.認識中藥安全用藥原則。 | 第三單元快樂的社區  第3課社區藥師好朋友  《活動6》中藥用藥安全五撇步  1.教師說明「中藥用藥安全五撇步」：  (1)停偏方。  (2)看中醫。  (3)聽仔細。  (4)選合格。  (5)用對藥。 | 1 |  | 發表  總結性評量 |  |  |

**六、評量方式及成績計算：**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 評量方式 | 討論發表 | 指定作業 |
| 成績比例 | **50%** | **50%** |